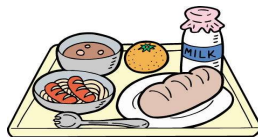


〔白河市学校給食センター〕



日立アロ食品放射能測定システム 検査機器 シンレーション検出器
学校給食用食材の使用判断基準 25Bq/kg

件数	検査日	検査品目	産地	検査値	給食提供日	備考
1	4/5	じゃがいも	北海道	不検出	4月7日	
2	4/5	キャベツ	神奈川県	不検出	4月7日	
3	4/5	大根	千葉県	不検出	4月7日	
4	4/5	なめこ	福島県	不検出	4月7日	
5	4/6	玉ねぎ	北海道	不検出	4月8日	
6	4/6	人参	徳島県	不検出	4月8日	
7	4/6	ねぎ	千葉県	不検出	4月8日	
8	4/6	豚ロース肉	福島県	不検出	4月7日	
9	4/7	きゅうり	福島県	不検出	4月9日	
10	4/7	豆腐	白河市	不検出	4月9日	
11	4/7	給食丸ごと	—	不検出	4月7日	
12	4/8	さけ	北海道	不検出	4月12日	
13	4/8	鶏もも肉	岩手県	不検出	4月9日	
14	4/8	給食丸ごと	—	不検出	4月8日	
15	4/9	大根	千葉県	不検出	4月13日	
16	4/9	つきこんにゃく	白河市	不検出	4月12日	
17	4/9	ごぼう	青森県	不検出	4月12日	
18	4/9	給食丸ごと	—	不検出	4月9日	
19	4/12	キャベツ	神奈川県	不検出	4月14日	
20	4/12	きゅうり	須賀川市	不検出	4月14日	
21	4/12	人参	徳島県	不検出	4月14日	
22	4/12	給食丸ごと	—	不検出	4月12日	
23	4/13	セロリー	静岡県	不検出	4月15日	
24	4/13	玉ねぎ	北海道	不検出	4月15日	
25	4/13	牛ひき肉	オーストラリア	不検出	4月15日	
26	4/13	給食丸ごと	—	不検出	4月13日	
27	4/14	みず菜	福島県	不検出	4月16日	
28	4/14	ニューサマーオレンジ	愛媛県	不検出	4月16日	
29	4/14	給食丸ごと	—	不検出	4月14日	

30	4/15	きゅうり	福島県	不検出	4月19日	
31	4/15	人参	徳島県	不検出	4月19日	
32	4/15	白菜	茨城県	不検出	4月19日	
33	4/15	給食丸ごと	—	不検出	4月15日	
34	4/16	ニラ	茨城県	不検出	4月20日	
35	4/16	もやし	郡山市	不検出	4月20日	
36	4/16	豚ひき肉	福島県	不検出	4月20日	
37	4/16	給食丸ごと	—	不検出	4月16日	
38	4/19	給食丸ごと	—	不検出	4月19日	
39	4/20	豚もも肉	福島県	不検出	4月22日	
40	4/20	れんこん水煮	国内	不検出	4月22日	
41	4/20	給食丸ごと	—	不検出	4月20日	
42	4/21	ホキ	ニュージーランド	不検出	4月23日	
43	4/21	豆腐	白河市	不検出	4月23日	
44	4/21	さつま揚げ	国内	不検出	4月23日	
45	4/21	給食丸ごと	—	不検出	4月21日	
46	4/22	糸こんにゃく	白河市	不検出	4月28日	
47	4/22	たけのこ水煮	九州	不検出	4月26日	
48	4/22	青大豆	福井県	不検出	4月26日	
49	4/22	給食丸ごと	—	不検出	4月22日	
50	4/23	キャベツ	神奈川県	不検出	4月27日	
51	4/23	きゅうり	福島県	不検出	4月27日	
52	4/23	人参	静岡県	不検出	4月27日	
53	4/23	給食丸ごと	—	不検出	4月23日	
54	4/26	じゃがいも	鹿児島県	不検出	4月28日	
55	4/26	もやし	郡山市	不検出	4月28日	
56	4/26	糸かまぼこ	アメリカ	不検出	4月28日	
57	4/26	給食丸ごと	—	不検出	4月26日	
58	4/27	大根	千葉県	不検出	4月30日	
59	4/27	白菜	茨城県	不検出	4月30日	
60	4/27	板こんにゃく	白河市	不検出	4月30日	
61	4/27	給食丸ごと	—	不検出	4月27日	
62	4/28	きゅうり	須賀川市	不検出	5月6日	
63	4/28	ねぎ	千葉県	不検出	5月6日	
64	4/28	給食丸ごと	—	不検出	4月28日	
65	4/30	鶏もも肉	宮城県	不検出	5月6日	
66	4/30	ごぼう	青森県	不検出	5月6日	
67	4/30	給食丸ごと	—	不検出	4月30日	



令和3年 4月 学校給食予定献立表



白河市学校給食センター

日曜日	献立名	赤のなかまの食品	緑のなかまの食品	黄のなかまの食品	栄養価	休みの学校	
		おもに体をつくるもと	おもに体の調子を整えるもと	おもにエネルギーのもと			
7	ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き ツナサラダ なめこ汁 プリン	牛乳 豚ロース ツナ 豆腐	しょうが キャベツ 人参 大根 玉ねぎ コーン なめこ 白菜 長ねぎ	ごはん じゃがいも マヨネーズ プリン	エネルギー 683・815 Kcal たんぱく質 25.6・30.2 g 脂質 24.6・28.5 g 食塩相当量 2.0・2.4 g	五箇小 中央中 南中	
8	きつねうどん 牛乳 かきあげ アスパラサラダ	牛乳 鶏肉 油揚げ なると巻き ちくわ	小松菜 人参 長ねぎ ごぼう 玉ねぎ コーン にら アスパラガス キャベツ きゅうり	ソフト麺 小麦粉 揚げ油	エネルギー 621・812 Kcal たんぱく質 24.8・31.5 g 脂質 17.7・20.6 g 食塩相当量 2.6・3.2 g	中央中 白二中 五箇中 東北中	
9	ごはん 牛乳 鶏唐揚げ ポテトサラダ 豆腐のみそ汁 お祝いデザート	牛乳 鶏肉 チキンハム 豆腐 わかめ	しょうが 玉ねぎ きゅうり コーン エノキタケ 白菜	ごはん じゃがいも マヨネーズ 揚げ油 お祝いデザート	エネルギー 654・769 Kcal たんぱく質 23.9・28.0 g 脂質 19.0・21.3 g 食塩相当量 2.2・2.7 g		
12	ごはん 牛乳 サケの香味焼き ひじき炒め煮 いも団子汁	牛乳 サケ ひじき 油揚げ 大豆 豚肉	しょうが バセリ 人参 ごぼう 白菜 大根 しめじ つきこんにゃく	ごはん ごま油 砂糖 米サラダ油 いももち	エネルギー 604・721 Kcal たんぱく質 26.8・31.7 g 脂質 16.4・18.4 g 食塩相当量 2.2・2.6 g	五箇小	
13	黒糖パン 牛乳 手作りハンバーグケチャップソースがけ 大根サラダ 野菜スープ	牛乳 豚肉 牛肉 脱脂粉乳 卵 わかめ 無添加ベーコン	玉ねぎ 大根 きゅうり 人参 キャベツ たもぎたけ	黒糖パン パン粉 じゃがいも 米サラダ油 でんぶ 砂糖	エネルギー 801・982 Kcal たんぱく質 30.5・36.8 g 脂質 23.9・28.1 g 食塩相当量 3.2・4.0 g		
14	三色ごはん 牛乳 おひたし あおさのみそ汁 プチいちごゼリー	牛乳 鶏ひき肉 わかめ 糸かつお節 あおさのり 豆腐	しょうが 枝豆 コーン キャベツ きゅうり たくあん 人参 えのきたけ 長ねぎ	ごはん 砂糖	エネルギー 527・630 Kcal たんぱく質 20.5・24.2 g 脂質 12.6・13.8 g 食塩相当量 3.0・3.8 g		
15	スパゲティミートソース 牛乳 豆腐ナゲット コーンサラダ ヨーグルト	牛乳 牛肉 鶏ひき肉 チーズ 豆腐ナゲット ヨーグルト	玉ねぎ 人参 セロリー マッシュルーム バセリ トマト コーン きゅうり ブロッコリー	スパゲティ パター 小麦粉 オリーブ油	エネルギー 788・981 Kcal たんぱく質 31.9・38.2 g 脂質 25.7・33.9 g 食塩相当量 2.5・3.1 g		
16	ポークカレーライス 牛乳 海藻サラダ ニューサマーオレンジ	牛乳 豚肉 海藻ミックス シュレッドチーズ	しょうが セロリー 玉ねぎ 人参 バセリ みずな キャベツ 大根 コーン ニューサマーオレンジ	ごはん じゃがいも 米サラダ油 砂糖 ごま油	エネルギー 682・813 Kcal たんぱく質 21.0・24.2 g 脂質 23.0・26.1 g 食塩相当量 3.1・3.6 g	南中	
19	ごはん 牛乳 鶏肉のみそマヨ焼き 和風サラダ 味付けのり すいとん汁	牛乳 鶏肉 豚肉 味つけのり 油揚げ	キャベツ 人参 きゅうり 大根 白菜 小松菜 干しいたけ バセリ	ごはん すいとん 砂糖 白すりごま マヨネーズ 米サラダ油	エネルギー 619・742 Kcal たんぱく質 26.3・30.7 g 脂質 18.5・21.1 g 食塩相当量 2.6・3.1 g	白四小	
20	ごはん 牛乳 彩り野菜の厚焼き玉子 もやしのひき肉炒め じゃがいものみそ汁 ぶどうゼリー	牛乳 卵 豚ひき肉 大豆 豆腐 わかめ	人参 もやし にら 大根 小松菜	ごはん じゃがいも でんぶ 春雨 ごま油	エネルギー 667・766 Kcal たんぱく質 23.0・25.7 g 脂質 23.5・24.7 g 食塩相当量 2.2・2.5 g	中央中	
21	ごはん 牛乳 手作りメンチカツ(ソース) フレンチサラダ もずくスープ	牛乳 豚ひき肉 卵 無添加ベーコン もずく	玉ねぎ レタス サラダ菜 キャベツ きゅうり	ごはん パン粉 じゃがいも 揚げ油 小麦粉	エネルギー 675・809 Kcal たんぱく質 24.0・28.1 g 脂質 20.6・23.4 g 食塩相当量 2.1・2.6 g		
22	五目タンメン 牛乳 シャキシャキサラダ 河内ばんかん	牛乳 豚肉 大豆	しょうが にんにく 人参 もやし キャベツ メンマ きくらげ コーン レンコン きゅうり 河内ばんかん	中華麺 砂糖 米サラダ油 ごま油	エネルギー 585・758 Kcal たんぱく質 23.9・30.4 g 脂質 15.0・16.9 g 食塩相当量 2.9・3.4 g	中央中	
23	ごはん 牛乳 白身魚の香味揚げ 大根のきんぴら にらたま汁	牛乳 ホキ さつま揚げ 豆腐 卵	しょうが 長ねぎ 大根 人参 いんげん にら つきこんにゃく	ごはん いりごま でんぶ 砂糖 ごま油 米サラダ油 揚げ油	エネルギー 588・705 Kcal たんぱく質 26.0・30.6 g 脂質 17.4・19.5 g 食塩相当量 2.3・2.8 g	中央中	
26	ごはん 牛乳 肉団子 五目ビーフン 若竹煮	牛乳 肉団子 無添加ベーコン 鶏肉 さつま揚げ こんぶ 大豆	人参 小松菜 キャベツ 干し椎茸 たけのこ 板こんにゃく	ごはん ビーフン いりごま 砂糖 米サラダ油 ごま油	エネルギー 639・751 Kcal たんぱく質 24.6・27.9 g 脂質 19.5・21.4 g 食塩相当量 2.8・3.2 g	白三小 白四小 小田川小 みさか小 中央中	
27	食パン 牛乳 いちご&マーガリン ポテトミートグラタン ブロッコリーサラダ ファイバースープ	牛乳 豚ひき肉 シュレッドチーズ 無添加ベーコン	玉ねぎ 人参 マッシュルーム ブロッコリー キャベツ きゅうり 白菜 かんぴょう 小松菜 しめじ 寒天	食パン イチゴ&マーガリン じゃがいも 小麦粉 米サラダ油	エネルギー 635・755 Kcal たんぱく質 23.3・27.6 g 脂質 23.9・27.1 g 食塩相当量 3.3・4.0 g		
28	ごはん 牛乳 白花豆コロッケ(ソース) もやし香味あえ 肉じゃが	牛乳 系かまぼこ 豚肉 白花豆	もやし キャベツ きゅうり 小松菜 玉ねぎ 人参 いんげん 干し椎茸 糸こんにゃく	ごはん じゃがいも 砂糖 いりごま ごま油 揚げ油	エネルギー 665・817 Kcal たんぱく質 23.6・28.1 g 脂質 19.3・22.6 g 食塩相当量 2.0・2.4 g		
29	昭和の日	*****					
30	若菜ごはん 牛乳 信田煮 キャベツの浅漬け 豚汁 ニューサマーオレンジ	牛乳 信田煮 豚肉 豆腐	大根菜 キャベツ きゅうり 大根 人参 長ねぎ 白菜 ニューサマーオレンジ 板こんにゃく	ごはん じゃがいも 米サラダ油	エネルギー 598・700 Kcal たんぱく質 22.4・25.3 g 脂質 18.8・20.1 g 食塩相当量 2.6・3.0 g	白二中	

(4月給食日 17日) ※ 材料の都合により献立が変更になることがありますのでご了承ください。



学校給食の
レシピ紹介

4月28日の
献立より

〈もやしの香味和え〉

○材料 4人分

もやし	1/2袋	}	A
キャベツ	葉2枚		
きゅうり	1/2本		
小松菜	50g		
かに蒲鉾	50g		
白いりごま	小さじ1		
砂糖	少々		
しょうゆ	小さじ2		
酢	小さじ1		
ごま油	適宜		

小学校栄養価平均 エネルギー649Kcal たんぱく質24.8g 脂肪20.0g 食塩相当量2.6g

中学校栄養価平均 エネルギー784Kcal たんぱく質29.4g 脂肪22.8g 食塩相当量3.1g

○作り方

- ①材料の野菜はそれぞれ洗う。
- ②キャベツはと小松菜は1×3cmに、きゅうりは、小口切りに切って少量の塩をまぶす。
- ③かにかまはほぐしておく。
- ④きゅうりを除いた①～③ともやしを沸騰したお湯に入れ、さっと加熱する。
- ⑤④をざるにあげ、流水で冷やす。
- ⑥きゅうりの水けをしぼる。
- ⑦ボールにAの調味料を合わせ、⑤⑥を入れて味付けする。

